

Merci ! à nos commanditaires 2019

Alma Ford, Alma Toyota,
Autocars Jeannois inc.,
BGM Informatique, Alma
Boulangerie Lesage, Alma
Caisse Desjardins, Cogéco,
Chevaliers de Colomb
St-François-de-Sales Coiffure Design,
Centre Mario Tremblay,
Député provincial, Éric Girard,
Duchesne Auto, Dupont Auto,
Ermitage St-Antoine Lac-Bouchette,
Fabrique St-Joseph,
Fermières St-Pierre,
Fromagerie St-Laurent,
Garage Réul Thivierge, IGA,
La Bastille, La Pâtisserie,
Lachance Asphalte, Loue-Tout,
Maxime Jean, dentiste,
Nutrinor, Métro Dubé,
Pharmacie Linda Gaudreault,
Pneus M. Gagné,
Parizeau, Tremblay, Forest, Ntres,
Richard Boudreault, dentiste,
Remorque des Îles St-Gédéon,
Restaurant et Motel Le Rond Point,
Shell B. Fortin (Métab.),
Tourisme Alma,
Véloroute des Bleuets,
Vitrerie Saint-Jude.



Les municipalités suivantes :



Alma • Saint-Gédéon,
Métabetchouan-Lac-à-la-Croix,
Desbiens • Chambord,
Saint-François-de-Sales • Lac Bouchette.



Pour information :
Lévis Simard, 418-668-2189



Formulaire d'inscription :
www.pelerinagestantoine.qc.ca

Pèlerinage Alma Lac-Bouchette

Critères de participation

- Avoir 18 ans et plus
- Être en bonne forme physique
- Apporter votre carte d'assurance-maladie
- Respecter les règles de sécurité de la route
 - Circuler en sens contraire du trafic.
 - Sur la véloroute, circuler à droite.

**Soins infirmiers, transport d'urgence
et toilettes sur la route.**

Équipement requis

- Chapeau ou casquette
- Chaussures de marche
- Sandales de douche « babouches »
- Vêtements appropriés (soleil ou pluie)
- Crème solaire
- Protège-lèvres
- Médication personnelle : Tylénol, etc.
- Pansements adhésifs
- Huile chasse-mouche
- Matelas et sac de couchage
- Bouchons à oreilles (pour sommeil fragile)
- Lampe de poche
- Lunettes de soleil
- Sac à dos allégé - Petits sacs d'emballage
- Bâton de marche (facultatif)
- Foulard du pèlerin disponible
- Prévoir ruban adhésif (Tape gris)

*N.B. Identification obligatoire des bagages
Les bagages sont transportés par navette*

Hébergement sur le parcours (réservation personnelle)

Centre de santé-Gîte Gilles Girard, Chambord
418 342-6651
Restaurant-Motel L'Escale, Chambord - 418 342-6417
Gîte La Nymphé des Eaux,
Métabetchouan-Lac-à-la-Croix - 418 349-5076
Gîte Au lac de l'HéCô, Chambord - 418 342-6938
Restaurant-Motel le Rond-Point,
Métabetchouan-Lac-à-la-Croix - 418 349-3413
Séminaire de Métabetchouan
Métabetchouan-Lac-à-la-Croix - 418 349-2816 #1
Gîte de la Montagne Enchantée
Métabetchouan-Lac-à-la-Croix - 418 482-3582

Pèlerinage À la rencontre de Saint-Antoine

15^e édition

Alma • Lac-Bouchette
(67 km)

du 11 au 13 juin 2020



Un pèlerinage à pied
est un voyage en soi...
une rencontre vers l'autre

Membre de la Fédération québécoise de la Marche

« Faire route ensemble »

Jeudi 11 juin 2020

8 h 00

Accueil Centre Mario-Tremblay
605, Boul. St-Luc, Alma

9 h 30

Départ vers Métabetchouan via St-Gédéon, 23 km
Halte au kiosque de la véloroute près de l'église

Dîner libre à St-Gédéon (resto ou lunch)

17 h 30

Souper au Séminaire de Métabetchouan
(repas chaud, 17 \$)

19 h 30

Moment de partage
Coucher au Séminaire de Métabetchouan

Salle commune (gratuit)

Chambre sans literie 22 \$ Taxes incluses

Chambre avec literie 30 \$ Taxes incluses

Chambre double 60 \$ Taxes incluses

Vendredi 12 juin 2020

Déjeuner libre

ou au Séminaire (10 \$) après 8 h 00

Départ vers Chambord par la véloroute, 18,5 km

11 h 00

Aucun lunch ne sera servi à Desbiens. Prévoyez vous en apporter un ou vous en procurer un en chemin. Une halte à la Salle communautaire de Desbiens est toujours disponible.

17 h 30

Souper à la Salle communautaire de Chambord
(repas chaud, 19 \$)

19 h 30

Moment de partage

Samedi 13 juin 2020

Fête de saint Antoine

En matinée

Déjeuner libre dans les restaurants de Chambord
Départ vers l'Ermitage, 25 km

Repas chaud dès 6 h 00, à la Salle communautaire
de Saint-François-de-Sales, 10 \$

Halte à Lac-Bouchette, ancien Hôtel de ville

En après-midi

Accueil à l'Ermitage (Petite chapelle blanche)

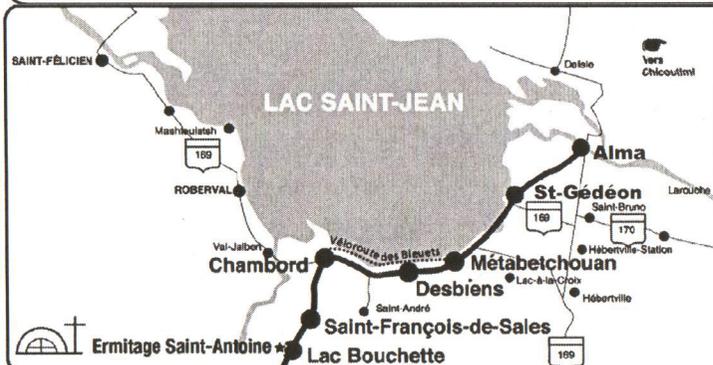
Remise des attestations de la marche

14 h 00

Moment de partage

15 h 00

Retour par autobus (gratuit)



	Date	Distance	Heures de marche
1 ^{re} journée Jeudi	11 juin	23 km	5,5 heures
2 ^e journée Vendredi	12 juin	18,5 km	4,5 heures
3 ^e journée Samedi	13 juin	25 km	6 heures

Fiche d'inscription

Date limite : 31 mai 2020 - Coût : 40 \$
Après cette date, 45 \$

Nom : _____

Prénom : _____

Adresse : _____

Ville : _____

Code postal : _____

Téléphone : _____

Courriel : _____

En cas d'accident, de blessure ou de maladie,
je dégage l'organisation de toutes responsabilités.

Signature : _____

Personne à aviser en cas d'urgence :

Nom: _____

Tél.: _____

Cell.: _____

Payez **seulement** l'inscription par chèque de 40 \$
non remboursable à l'attention de :
À la rencontre de Saint-Antoine
791, rue d'Anjou Alma QC G8B 5W8



Argent à prévoir - 11 juin 2020

Souper au Séminaire de Métabetchouan 17 \$

Coucher au Séminaire de Métabetchouan :

- Salle commune Gratuit

- Chambre privée 22 \$, 30 \$, 60 \$

Argent à prévoir - 12 juin 2020

Souper à la Salle communautaire
de Chambord 19 \$

Coucher à la Salle communautaire
de Chambord Gratuit

Argent à prévoir - 13 juin 2020

Dîner à la Salle communautaire
de Saint-François-de-Sales 10 \$

*Couchers et repas facultatifs : À payer à
l'inscription*

Je ferai le retour par autocar ? Oui non